

БУЛОЧКИ БЕЗ ЯИЦ И МОЛОКА НА ДРОЖЖАХ



Из самых простых продуктов, недорогие, легкие и быстрые! Булочки без яиц и молока на дрожжах готовятся только на воде и растительном масле. Несмотря на это, они получаются невероятно воздушными, мягкими и пушистыми. Не ожидала, что постная выпечка может быть такой вкусной!

katushafin

Автор рецепта

Время приготовления: 1 ч 40 мин

ШАГ 1:



Как сделать булочки без яиц и молока на дрожжах? Подготовьте и отмерьте продукты. Сахар для начинки я беру тростниковый, он придает выпечке карамельный вкус. Можно испечь просто булочки, без начинки, формируя их по своему желанию, но тогда советую увеличить количество сахара в тесте.

ШАГ 2:



Как сделать тесто? Возьмите большую миску, влейте в нее воду, подогретую до температуры около 40 градусов. Она должна быть приятно теплой, но не горячей, иначе дрожжи погибнут. Киньте в воду дрожжи и немножко сахара, не весь. Перемешайте и оставьте на пять минут.

ШАГ 3:



По прошествии времени начнется активация, дрожжи оживут и вся масса запустится. Если этого не произошло, вам придется взять другие дрожжи — эти погибли и не подойдут.

ШАГ 4:



Добавьте соль, оставшийся сахар, влейте масло. Хорошо перемешайте смесь венчиком.

ШАГ 5:



Постепенно начните добавлять просеянную муку, размешивая массу сначала венчиком, потом рукой.

ШАГ 6:



Когда масса станет достаточно густой, выложите ее на стол, посыпанный мукой и начните месить, добавляя муку по необходимости. Будьте готовы к тому, что муки может уйти другое количество, а не то, которое указано в рецепте. Ориентируйтесь на консистенцию теста.

СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ

порций: 12

ДЛЯ ТЕСТА:

Мука	500 гр
Вода	300 мл
Растительное масло	60 мл
Сухие дрожжи	5 гр
Сахар	20 гр
Соль	по вкусу

ДЛЯ НАЧИНКИ:

Коричневый сахар	50 гр
Корица	1 чайн.л
Растительное масло	2 стол.л.

ДЛЯ СМАЗЫВАНИЯ:

Яйца	1 шт.
------	-------

Нутриенты и энергетическая ценность состава

На вес состава: 100 г

Белки	Жиры	Углеводы
12%	18%	70%
7 г	10 г	40 г



ГИ: 3/0/98

ШАГ 7:

Тесто должно стать гладким и не липким. Скатайте его в шар, положите назад в миску, накройте полотенцем и уберите на час в теплое место. Зимой я ставлю рядом с батареей, летом в неработающую духовку.

ШАГ 8:

Через час тесто хорошо поднимется и запузырится. Выложите его опять на стол и немного подмесите.

ШАГ 9:

Накройте тесто миской прямо на столе и дайте отдохнуть еще пять минут.

ШАГ 10:

Затем раскатайте тесто в пласт прямоугольной формы толщиной около 5 мм.

ШАГ 11:

Смажьте пласт маслом, удобнее это сделать кулинарной кистью.

ШАГ 12:

Перемешайте сахар и корицу. Равномерно посыпьте этой смесью тесто.

ШАГ 13:

Сложите пласт по длинной стороне к середине с обеих сторон.

ШАГ 14:

Верх снова смажьте маслом.

ШАГ 15:

Сложите заготовку пополам, маслом внутрь.

ШАГ 16:

Разрежьте заготовку на одинаковые куски шириной 5 см. У меня вышло 12 штук.

ШАГ 17:

Сформируйте булочки. Возьмите заготовку и обратной стороной ножа сильно надавите на середину, не прорезая тесто.

ШАГ 18:

Сложите ее пополам по полосе, одновременно растягивая в стороны.

ШАГ 19:

Закрутите тесто, двигая концы в разные стороны.

ШАГ 20:

Сверните получившийся жгут в кружок, формируя булочку. Вы можете сделать булочки и другими способами, просто в виде завитушек или стандартных плюшек, это не принципиально.

ШАГ 21:

Уложите булочки на противень, выстланный пергаментом, на расстоянии, так как они увеличатся при выпечке. Дайте им отдохнуть минут пять, пока разогревается духовка. Смажьте булочки сверху взбитым яйцом, от этого они станут румяными.

ШАГ 22:

Выпекайте булочки в духовке, разогретой до температуры 180 градусов, около получаса до золотистого цвета. Готовые булочки немного остудите и подавайте к столу. Они вкусны и в теплом виде, и в остывшем. Приятного аппетита!

Важно просеять муку, чтобы насытить ее кислородом. Тогда выпечка получится воздушной и хорошо поднимется при выпекании.

Сухие дрожжи можно заменить свежими прессованными дрожжами, исходя из пропорции 1:3. То есть на 1 грамм сухих дрожжей, необходимых по рецепту, нужно взять 3 грамма свежих.

Учитывайте, что духовки у всех разные. Температура и время приготовления могут отличаться от указанных в рецепте. Чтобы любое запеченное блюдо получилось успешным, воспользуйтесь полезной

информацией **об особенностях духовок!**